

Plages horaires

Jour	Heures
Lundi	9h - 19h
Mardi	9h - 19h
Mercredi	9h - 19h
Jeudi	9h - 19h
Vendredi	9h - 19h



Pour le bien-être de vos collaborateurs !!!

Plus d'informations

Je me déplace dans vos locaux partout en France, pour réaliser les journées zen au sein de votre entreprise.

Dans la salle de votre choix, j'aménage un espace zen, où tout au long de la journée les collaborateurs peuvent venir profiter d'un massage aux huiles essentielles afin de se détendre 40 min ou 30 min selon la formule choisie.

Profitez de cette journée pour rebooster le moral des équipes!

Le ressourcement de chacun d'eux permettra :

- Une meilleure productivité;
- Le bien-être au travail;
- L'amélioration des conditions de travail;
- Un équilibre entre la vie professionnelle et la vie privée;
- Améliorer la gestion du stress;
- Réduction des arrêts de travail liés aux troubles musculo-squelettiques (mal de dos, cervicales...), troubles du sommeil, anxiété...

Devis sur demande

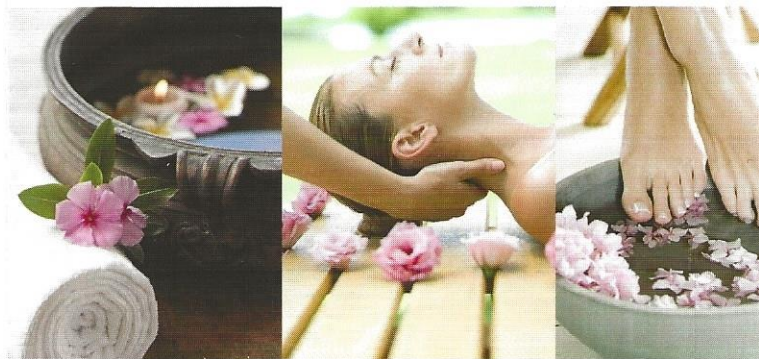
LES JOURNEES ZEN EN ENTREPRISE



Monia LAGAY

Praticienne en Energétique
Traditionnelle Chinoise

monia.pro@outlook.fr
www.monia-lagay.com
07.66.33.23.88



Le massage harmonisation des méridiens

Massage relaxant avec une pression douce des points de digipuncture qui permet de rétablir un équilibre entre le yin et le yang.

Ce massage invite à une relaxation profonde et permet de retrouver une harmonie dans le corps.

C'est un outil précieux contre le stress et il apporte des bienfaits immédiats et à long terme.



Prestations proposées

Massage harmonisation des méridiens - 30 min
(massage dos+jambes)

Massage harmonisation des méridiens - 40 min
(massage complet du corps)



Qui suis-je ?

Certifiée en tant que « Praticienne en Santé Naturelle » depuis 8 ans, en me formant à l'EIBE (L'Ecole Internationale du Bien-Être) à Toulouse.

J'ai appris plusieurs techniques de médecines douces notamment la médecine Traditionnelle Chinoise.

Mes connaissances me permettent d'appréhender la santé et le bien-être avec une autre vision, celle de la prise en charge globale de l'être humain et de son bien-être.

Prendre soin de soi, de son corps, savoir lâcher prise, soulager la douleur et s'apporter du bien être tout simplement.

Le sujet pour prendre soin de soi me fascine c'est pour cela que j'ai décidé de continuer à prendre soin des autres et d'en faire ma vocation professionnelle.

Energétiquement vôtre !